KOMPETENSI INTI DAN KOMPETENSI DASAR
SEKOLAH DASAR/MADRASAH IBTIDAIYAH
(SD/MI)

MATA PELAJARAN
PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA, DAN KESEHATAN
(PJOK)

PEMERINTAH KABUPATEN
SD NEGERI VOIZD.COM
2021

KOMPETENSI INTI DAN KOMPETENSI DASAR
PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA, DAN KESEHATANSD/MI

KELAS III

Tujuankurikulummencakupempatkompetensi, yaitu (1) kompetensisikap spiritual, (2) sikapsosial, (3) pengetahuan, dan (4) keterampilan. Kompetensitersebutdicapaimelalui proses pembelajaranintrakurikuler, kokurikuler, dan/atauekstrakurikuler.
RumusanKompetensiSikap Spiritual yaitu, “Menghargai dan menghayatiajaran agama yang dianutnya”. Adapun rumusanKompetensiSikapSosialyaitu, “Menunjukkanperilakujujur, disiplin, tanggungjawab, santun, peduli, dan percayadiridalamberinteraksidengankeluarga, teman, guru, dan tetangga”. Keduakompetensitersebutdicapaimelaluipembelajarantidaklangsung (indirect teaching), yaituketeladanan, pembiasaan, dan budayasekolahdenganmemperhatikankarakteristikmatapelajaran, sertakebutuhan dan kondisipesertadidik.
Penumbuhan dan pengembangankompetensisikapdilakukansepanjang proses pembelajaranberlangsung, dan dapatdigunakansebagaipertimbangan guru dalammengembangkankarakterpesertadidiklebihlanjut.
KompetensiPengetahuan dan KompetensiKeterampilandirumuskansebagaiberikutini.

KOMPETENSI INTI 3 (PENGETAHUAN)	KOMPETENSI INTI 4 (KETERAMPILAN)
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati [mendengar, melihat, membaca] dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah dan di sekolah	4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

KOMPETENSI DASAR	KOMPETENSI DASAR
3.1. Memahami kombinasi gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	4.1. Mempraktikkan gerak kombinasi gerak dasar lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional
3.2. Memahami kombinasi gerak dasar non-lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	4.2. Mempraktikkan gerak kombinasi gerak dasar non-lokomotor sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional

KOMPETENSI DASAR	KOMPETENSI DASAR
3.3. Memahami kombinasi gerak dasar manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional	4.3. Mempraktikkan kombinasi gerak dasar manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai bentuk permainan sederhana dan atau tradisional
3.4. Memahami bergerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional	4.4. Mempraktikkan bergerak secara seimbang, lentur, lincah, dan berdaya tahan dalam rangka pengembangan kebugaran jasmani melalui permainan sederhana dan atau tradisional
3.5. Memahami kombinasi berbagai pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan, dan mendarat) dalam aktivitas senam lantai	4.5. Mempraktikkan kombinasi berbagai pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dalam aktivitas senam lantai
3.6. Memahami penggunaan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama	4.6. Mempraktikkan penggunaan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif sesuai dengan irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama
3.7. Memahami prosedur gerak dasar mengambang (water trappen) dan meluncur di air serta menjaga keselamatan diri/orang lain dalam aktivitas air***	4.7. Mempraktikkan gerak dasar mengambang (water trappen) dan meluncur di air serta menjaga keselamatan diri/orang lain dalam aktivitas air***
3.8. Memahami bentuk dan manfaat istirahat dan pengisian waktu luang untuk menjaga kesehatan	4.8. Menceritakan bentuk dan manfaat istirahat dan pengisian waktu luang untuk menjaga kesehatan
3.9. Memahami perlunya memilih makanan bergizi dan jajanan sehat untuk menjaga kesehatan tubuh	4.9. Menceritakan perlunya memilih makanan bergizi dan jajanan sehat untuk menjaga kesehatan tubuh

Mengetahui: Kepala SDN VOIZD.COM	………., ………………… Guru Kelas III
………………………… NIP. …………………………	**VOIZD.COM** NIP. ……………………………